

คำนำ

ก

ด้วย สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์ เป็นหน่วยส่งเสริมสนับสนุนในการจัดฝึกอบรมด้านอาชีพ หลักสูตรการทำน้ำซงเศรษฐี รวมถึงการสนับสนุน ประสานงานร่วมกับภาคีเครือข่าย ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และการศึกษาอาชีพ ให้มีงานทำสร้างรายได้ให้ตนเองและครอบครัว

เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ ของการดำเนินงานที่เน้นเรื่องการมีอาชีพเพื่อการมีงานทำมีรายได้ จึงได้คัดเลือกหลักสูตรการทำน้ำซงเศรษฐี เพื่อพัฒนาและต่อยอดมาจัดทำเป็นหลักสูตรเพื่อเผยแพร่ให้ประชาชนทั่วไปได้มีความรู้ ความเข้าใจ สามารถนำไปประกอบอาชีพต่อไปได้

ขอขอบคุณวิทยากรวิชาชีพ และคณะดำเนินงานการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาตนเอง ที่ได้ร่วมพัฒนาหลักสูตรและจัดทำแผนการเรียนรู้รวมทั้งสื่อต่าง ๆ ให้สำเร็จไปด้วยดี และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหลักสูตรเล่มนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อวิทยากรและผู้เรียนต่อไป

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์

มกราคม 2568

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
ความรู้เกี่ยวกับวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำน้ำขงเศรษฐกิจ	1
ความรู้พื้นฐานในการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรการทำน้ำขงเศรษฐกิจ	7
หลักสูตรการทำน้ำขงเศรษฐกิจ	8
ความเป็นมา	8
จุดประสงค์การเรียนรู้	8
กลุ่มเป้าหมาย	9
ระยะเวลา	9
เนื้อหาหลักสูตร	8
การจัดการเรียนรู้	9
สื่อการเรียนรู้	9
การวัดและประเมินผล	9
การจบหลักสูตร	9
เอกสารหลักฐานการศึกษา	10
การเทียบโอนผลการเรียน	10
แผนการจัดการกระบวนการเรียนรู้หลักสูตรการทำน้ำขงเศรษฐกิจ	11
ใบความรู้ เมนูชาเขียวนม	13
ใบความรู้ เมนูโกโก้เข้มข้น	14
ใบความรู้ เมนูชาไทยหรือชาเย็น	15
ใบความรู้ เมนูชามะนาว	16
ใบความรู้ เมนู นมเย็น หรือนมชมพู	17
ใบความรู้ เมนูนมสดคาราเมล	18
ใบความรู้ เมนูกาแฟโบราณ	19
ใบงาน แบบบันทึกน้ำขงเศรษฐกิจ	20
ใบความรู้ คุณค่าจากน้ำขงเศรษฐกิจ	21
ใบความรู้ การบรรจุภัณฑ์	25
ใบความรู้ การคำนวณต้นทุนกำไร	26
ใบงาน การคิดต้นทุนกำไร	28
ใบความรู้ ช่องทางการตลาด	29
แบบประเมินผลงานผู้เรียน	30
บรรณานุกรม	
รายชื่อคณะผู้จัดทำหลักสูตร	

หลักสูตรการทำน้ำชงเศรษฐกิจ จำนวน 5 ชั่วโมง

ความรู้เกี่ยวกับวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้ในการทำน้ำชงเศรษฐกิจ

ก่อนที่ผู้เรียนจะเข้าสู่การเริ่มต้นการทำน้ำชงเศรษฐกิจผู้เรียนควรเรียนรู้เกี่ยวกับวัสดุและอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำน้ำชงเศรษฐกิจ

ส่วนผสม การทำน้ำชงเศรษฐกิจ

1. ผงกาแฟ และชาต่างๆ
2. น้ำหวานดั่งฟรุตต่างๆ
4. น้ำตาล หรือน้ำเชื่อม
5. ครีมเทียม
6. นมข้นหวาน
7. นมข้นจืด
8. แก้ว
9. หลอดดูด
10. ข้อนชง
11. แก้วตวง
12. ไซมุก

วิธีทำ การทำชาชงเศรษฐกิจ

เตรียมอุปกรณ์นำผงชาต่างๆ 3 ชช. เทใส่แก้วชงแล้วเติมนมข้นหวาน 30 มล. ครีมเทียม 30 มล. แล้วคนอีกครั้งให้เข้ากัน แล้วตามด้วยนมข้นจืด 60 มล. แล้วคนอีกครั้งให้ส่วนผสมทั้งหมดเข้ากัน จากนั้นตักไซมุกใส่ในแก้วและตามด้วยตักน้ำแข็ง ค่อยๆเทส่วนผสมที่ได้ลงในแก้ว

วิธีทำ การทำน้ำชงเศรษฐกิจ (น้ำหวานดั่งฟรุต)

1. เตรียมอุปกรณ์น้ำหวานดั่งฟรุต(รสชาติต่าง) ใส่แก้วตวงในปริมาณ 40 มล. และน้ำเปล่าปริมาณ 200 มล. และใส่น้ำเชื่อมเพิ่มปริมาณ 20 มล. แล้วคนให้ส่วนผสมทั้งหมดเข้ากัน จากนั้นตามด้วยตักน้ำแข็ง ค่อยๆเทส่วนผสมที่ได้ลงในแก้ว



ชาตรามือ

ชาตรามือ



ชาเขียว 200กรัม

ชาแดง 400 กรัม

ชาตรามือ เป็นผลิตภัณฑ์ชาไทย ของบริษัท สยาม เอฟ บี โปรดักส์ จำกัด สินค้าภายใต้แบรนด์ชาตรา
มือนีมีทั้ง ชาแดง ชาเขียว ชาอู่หลง ชากุหลาบ ฯลฯ และยังเปิดร้านจำหน่ายในชื่อร้าน ชาตรามือ

น้ำหวานดิงฟงรสต่างๆ



น้ำหวานและดิงฟง คือ น้ำผลไม้รสเข้มข้นและผงสำเร็จที่ใช้สำหรับชงเครื่องดื่มรสต่าง ๆ โดยมีกลิ่น
และรสชาติหลากหลายให้เลือกสำหรับกลิ่นยอดฮิตเลย เช่น กลิ่นชาฉ่ำ กลิ่นชาดำเย็น (กลิ่นชาฉ่ำกับกลิ่น
ชาดำเย็นจะมีรสชาติที่แตกต่างกัน) กลิ่นโกโก้ กลิ่นชาเขียว เป็นต้น

น้ำตาล หรือน้ำเชื่อม



น้ำตาล เป็นชื่อเรียกสำหรับชื่อสารประกอบที่เหมือนกันคือคาร์บอน ไฮโดรเจน และออกซิเจน ส่วนใหญ่ใช้ประกอบอาหาร น้ำตาลเป็นคาร์โบไฮเดรตที่ประกอบด้วยธาตุคาร์บอน ไฮโดรเจน และออกซิเจน มีน้ำตาลหลายชนิดเกิดมาจากที่มาหลายแหล่ง

ครีมเทียม



ครีมเทียม หรือบางครั้งก็เรียกกันจนติดปากว่า คอฟฟีเมตเป็นครีมผงหรือน้ำที่ใช้ทดแทนนมหรือครีม เพื่อจะเติมรสชาติในกาแฟและเครื่องดื่มชนิดอื่น ๆ เป็นผลิตภัณฑ์ที่ไม่มีแล็กโทสและดังนั้นจึงถือกันว่าเป็นผลิตภัณฑ์ที่ไม่ได้ทำจากนม แม้ว่าจะมีสารเคซีน ซึ่งเป็นโปรตีนที่ทำมาจากนม พระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. 2522 ได้ระบุคำจำกัดความของครีมเทียมไว้ว่า "ผลิตภัณฑ์ที่มีได้ทำจากนมและมีไขมันอื่นนอกจากมันเนยเป็นส่วนประกอบที่สำคัญหรือครีมที่มีมันเนยผสมอยู่น้อยกว่าร้อยละ 30 ของไขมันทั้งหมด

นมข้นหวาน



นมข้น เป็นนมซึ่งนำน้ำออกแล้ว ถ้าปรุงแต่งให้มีรสหวาน เรียก นมข้น และปัจจุบัน คำทั้งสองนี้บางทีมีความหมายเหมือนกัน[1] นมข้นหวานมักใช้ในของหวานหลายประเภท ถ้าบรรจุกระป๋องก็อาจเก็บไว้ได้หลายปีโดยไม่ต้องแช่เย็น

นมข้นจืด



นมระเหย (อังกฤษ: evaporated milk) หรือที่ในภาษาไทยนิยมเรียกว่า นมข้นจืด เป็นผลิตภัณฑ์จากนมชนิดหนึ่ง ซึ่งใช้กรรมวิธีแปรรูปน้ำนมโดยระเหยน้ำออก เพื่อเพิ่มความเข้มข้นของน้ำนม จนกระทั่งมีธาตุน้ำนมที่ไม่รวมมันเนย ในปริมาณไม่ต่ำกว่าร้อยละ 17.5 ของน้ำหนัก โดยนิยมใช้เครื่องระเหยแบบสูญญากาศ เพื่อป้องกันมิให้กลิ่นและรสชาติของน้ำนมเปลี่ยนไป หรืออาจใช้นมผงขาดมันเนยผสมกับน้ำสะอาด แล้วเข้าสู่กระบวนการฆ่าเชื้อด้วยความร้อน จากนั้นผู้ผลิตมักนำไปบรรจุในกระป๋องโลหะ แล้วเข้าสู่กระบวนการสเตอริไลซ์เชิงพาณิชย์ จากนั้นจึงทำให้เย็นลง เพื่อยืดอายุของการเก็บรักษาขึ้นอีก 1-2 ปี ตามปริมาณของไขมัน ซึ่งนมระเหยนี้ นิยมใช้ประกอบในการปรุงอาหาร หรือขนมอบชนิดเบเกอรี่ หรือนำไปผสมกับเครื่องดื่มอย่างกาแฟหรือน้ำชา เป็นต้น

แก้วตวง



เป็นอุปกรณ์ช่วยในการผสมโปรตีน และอาหารเสริมประเภทที่ต้องชงกับน้ำ เพื่อเพิ่มความสะดวกรวดเร็วและช่วยให้รสชาติเครื่องดื่มดีขึ้น เหมาะกับการพกพา และใช้บรรจุน้ำดื่มแทนแก้วน้ำ และกระบอกน้ำ

ไข่มุก



ชาไข่มุก หรือที่เรียกกันว่า บับเบิลที (Bubble Tea) เป็นเครื่องดื่มประจำชาติไต้หวัน ก่อกำเนิดในช่วงปี 1980 มีลักษณะเป็นลูกกลมๆ นุ่มหนึบ ที่ทำมาจากแป้งมันสำปะหลัง

แก้ว



แก้วบรรจุเครื่องดื่มเป็นสิ่งที่ไม่ได้ขาดเลยถ้าคิดจะเปิดร้านกาแฟหรือเครื่องดื่มอื่น ๆ ดังนั้นแก้วที่ใช้ถึงมีหลายแบบ หลายขนาด หลายลวดลาย เช่น แก้วกระดาษ แก้วพลาสติก ที่สำคัญ เรายังสามารถ สกรีนแก้วหรือสั่ง ผลิตแก้ว ตามความต้องการของเราได้ด้วย วันนี้จะลองยกตัวอย่างมาให้ดู เพื่อเป็นแนวทางให้กับคนที่กำลังจะเปิดร้าน ได้เลือกตามความเหมาะสมนะคะ

แก้วพลาสติก หรือแก้ว PET ทำจากโพลีเอทิลีนเทอเรพทาเลท เป็นแก้วที่มีความโปร่งใส แข็งแรง เหนียว ไม่แตกง่าย มีความสามารถในการทนอุณหภูมิได้ถึง 100 องศาเซลเซียส ข้อดีของ แก้วพลาสติก ชนิดนี้คือน้ำหนักเบา จัดเก็บง่ายเพราะสามารถนำมาเรียงซ้อน ๆ กันได้อีกทั้งราคายังถูกกว่า แก้วกระดาษ นิยมนำมาบรรจุกาแฟเย็น น้ำผลไม้ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์และน้ำเย็น

หลอด



หลอดดูด เป็นอุปกรณ์ในการดูดของเหลว มักใช้กับเครื่องดื่ม โดยทั่วไปหลอดดูดจะเป็นท่อพอมและยาว ทำจากพลาสติก (มักจะเป็น PP-polypropylene) มีทั้งหลอดดูดตรง และหลอดดูดที่สามารถงอตรงปลายได้ เพื่อให้ดูดเครื่องดื่มได้ง่ายขึ้น เมื่อดูดเครื่องดื่ม เราจะนำปลายข้างหนึ่งใส่ลงในเครื่องดื่ม หลอดดูดในปัจจุบันมีหลายรูปแบบ แล้วแต่ที่เราจะเลือกใช้ให้เหมาะสมกับเครื่องดื่มนั้นๆ

ความรู้พื้นฐานในการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรการทำน้ำขงเศรษฐกิจ

การจัดการศึกษาอาชีพ ในปัจจุบันมีความสำคัญมาก เพราะจะเป็นการพัฒนาประชากรของประเทศ ให้มีความรู้ความสามารถ และทักษะในการประกอบอาชีพเป็นการแก้ปัญหาการว่างงาน และส่งเสริมความเข้มแข็งให้แก่เศรษฐกิจชุมชน ซึ่งกระทรวงศึกษาธิการได้กำหนดยุทธศาสตร์ ที่จะพัฒนาศักยภาพของประชาชน ในพื้นที่ให้ประชาชนได้มีอาชีพที่สามารถสร้างรายได้ที่มั่นคง มั่งคั่ง และมีงานทำอย่างยั่งยืน

สภาพสังคมปัจจุบันได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ เช่น ด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคมและสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างมาก ประชากรมนุษย์เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ แต่ทรัพยากรธรรมชาติถูกใช้ไปอย่างรวดเร็ว และไม่เพียงพอกับจำนวนประชากรที่เพิ่มขึ้น มนุษย์จึงประสบปัญหาต่างๆ ตามมามากมาย โดยเฉพาะด้านการดำรงชีพและชีวิตความเป็นอยู่ของมนุษย์ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีมนุษย์เราจะต้องสร้างสิ่งทดแทนเพื่อการอยู่รอดโดยวิธีการต่างๆ

อาชีพการทำน้ำขงเศรษฐกิจเป็นอีกหนึ่งอาชีพที่น่าสนใจ สามารถเป็นอาชีพทางเลือก สร้างรายได้ เสริม หรือ เพื่อใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์ จึงได้ส่งเสริม การจัดทำหลักสูตรการทำน้ำขงเศรษฐกิจ ซึ่งเป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับทักษะการทำเครื่องดื่ม มีความคิดสร้างสรรค์ ที่สามารถนำความรู้ไปใช้ในการสร้างรายได้ที่มั่นคงและยั่งยืนอย่างมีประสิทธิภาพ

หลักสูตร การทำน้ำขงเศรษฐกิจ จำนวน 5 ชั่วโมง

1. ความเป็นมา

ถ้าจะพูดถึงการขายน้ที่มีมาแต่โบราณ คงอดไม่ได้ที่ต้องพูดถึงร้านน้ำชาและกาแฟ ประวัติของชาในประเทศไทย มีหลักฐานจากจดหมายของลาลูแบร์ ในสมัยสมเด็จพระนารายณ์บ่งชี้ว่า คนไทยรู้จักการต้มน้ำชากันมานานแล้ว ตั้งแต่สมัยสุโขทัยที่มีการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมกับจีน และนิยมเสิร์ฟน้ำชา ในการต้อนรับแขกผู้มาเยือน ด้วยวิธีเดียวกับการชงชาในประเทศจีน นอกจากนี้ ยังมีการค้นพบต้นชาป่าพันธุ์อัสสัม อายุหลายร้อยปี ที่อำเภอปางมะผ้า จังหวัดแม่ฮ่องสอน ที่ชาวบ้านขนานนามว่าเป็น “ต้นชาพันปี” ทำให้พบว่าต้นชา มีอยู่ในไทยมานานแล้ว ในแถบที่ราบสูงทางตอนเหนือของประเทศ เช่น จังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย แม่ฮ่องสอน แพร่ น่าน ลำปาง และตาก

สำหรับกาแฟ ในประเทศไทย กาแฟเริ่มเข้ามาเป็นที่นิยมในสังคมไทยเมื่อใดนั้นก็ยังไม่สามารถระบุแน่ชัดได้แต่ในสมัยรัชกาลที่ 4 เครื่องดื่มนี้เคยถูกเรียกถึงทับศัพท์แบบไทยๆว่า “ข้าวแพ่” (มาจากคำว่า Coffee) อาจเนื่องด้วยมีลักษณะเป็นเมล็ดคล้ายข้าว จึงใช้คำว่าข้าวไปเลย ดังหลักฐานที่ปรากฏอยู่ในสัพพะวัจนะภาษาไทย ฉบับพิมพ์เมื่อปีพุทธศักราช 2397 ซึ่งจริง ๆ แล้วมีปรากฏหลักฐานกันว่าพวกเราปลูกกาแฟกันตั้งแต่สมัยอยุธยาแล้ว

ปัจจุบันนี้ เราจะเห็น ร้านชา กาแฟสด กาแฟโบราณ ได้ในทุกมุมเมือง มีหลายคนอยากเปิด กำลัง จะเปิดก็มีอีกมากมาย ที่แจ้งไปก็มาก แต่ที่รอดก็มีไม่น้อย สำหรับคนใหม่ ๆ ที่อยากมีร้านเครื่องดื่ม ประเภท ชา กาแฟ และเมนูน้ำต่างๆ นอกจากทำเลที่ตั้ง การจัดตกแต่งร้าน เมนูหลากหลายโดนใจ ที่อยู่ในเทรนด์ ก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่จะทำให้ การเริ่มต้นธุรกิจประเภทนี้ประสบผลสำเร็จได้ ดังนั้นสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยจังหวัดเพชรบูรณ์ จึงได้จัดทำหลักสูตร การทำน้ำขงเศรษฐกิจ จำนวน 5 ชั่วโมง ขึ้น เพื่อรวบรวมสูตรการทำน้ำขงชนิดต่างๆ เพื่อให้ผู้สนใจได้นำไปใช้เป็นแนวทางในการประกอบอาชีพ หรือนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้

2. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 2.1 อธิบายความเป็นมาของผลิตภัณฑ์การทำน้ำขงเศรษฐกิจ
- 2.2 อธิบายวัสดุ อุปกรณ์และเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม
- 2.3 อธิบายขั้นตอนการทำน้ำขงเศรษฐกิจ
- 2.4 ปฏิบัติการทำน้ำขงเศรษฐกิจได้
- 2.5 อธิบายคุณค่าของผลิตภัณฑ์น้ำขงเศรษฐกิจ
- 2.6 จัดหาหรือจัดทำกรบรรจุหีบห่อได้อย่างเหมาะสม
- 2.7 คิดต้นทุน กำไรจากการจำหน่ายการทำน้ำขงเศรษฐกิจได้
- 2.8 อธิบายช่องทางการจัดการตลาดของการทำน้ำขงเศรษฐกิจได้

3. กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนทั่วไป

4. ระยะเวลา

ภาคทฤษฎี	2	ชั่วโมง
ภาคปฏิบัติ	3	ชั่วโมง

5. เนื้อหาหลักสูตร

- 5.1 ความเป็นมาของการทำนํ้าขงเศรษฐกิจ
- 5.2 วัสดุ อุปกรณ์และเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม
- 5.3 ขั้นตอนการทำนํ้าขงเศรษฐกิจ
- 5.4 การปฏิบัติการทำนํ้าขงเศรษฐกิจ
- 5.5 คุณค่าของการทำนํ้าขงเศรษฐกิจ
- 5.6 การจัดหาหรือจัดทำการบรรจุหีบห่อได้อย่างเหมาะสม
- 5.7 การคิดต้นทุน กำไรจากการจำหน่ายการทำนํ้าขงเศรษฐกิจ
- 5.8 ช่องทางการจัดการตลาดของการทำนํ้าขงเศรษฐกิจ

6. การจัดการเรียนรู้

การบรรยายให้ความรู้ การสาธิต การลงมือปฏิบัติ การอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้

7. สื่อการเรียนรู้

- 7.1 สื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือ ใบความรู้ แผ่นพับ
- 7.2 สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สื่อออนไลน์
- 7.3 สื่อบุคคล เช่น ผู้รู้ ภูมิปัญญา
- 7.4 แหล่งเรียนรู้ในชุมชน

8. การวัดและประเมินผล

ประเมินความรู้ภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติจากการสอบถาม แบบทดสอบ การสังเกต การมีส่วนร่วม

9. การจบหลักสูตร

- 9.1 มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
- 9.2 มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
- 9.3 มีชิ้นงาน/ผลงาน ผ่านเกณฑ์การประเมินตามมาตรฐานและคุณภาพ

10. เอกสารหลักฐานการศึกษาที่จะได้รับหลังจากจบหลักสูตร
เกียรติบัตรออกโดยสถานศึกษา (แบบ กศ.ตน.11)

11. การเทียบโอน

-

ลงชื่อ.....ผู้เขียนหลักสูตร
()

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบหลักสูตร
()

หัวหน้างานจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง

ลงชื่อ.....อนุมัติหลักสูตร
()

ผู้อำนวยการ สกร.ระดับอำเภอ.....

แผนการจัดกระบวนการเรียนรู้หลักสูตรการทำน้ำขงเศรษฐกิจ

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	วัดและประเมินผล	ชั่วโมง	
						ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1. ความเป็นมาของการขายน้ำชา กาแฟและน้ำขงต่างๆ	1. อธิบายความเป็นมาของการทำน้ำขงแบบต่างๆได้	1. ความเป็นมาของการทำน้ำขงแบบต่างๆ	1. วิद्यากรอธิบายความเป็นมาของการทำน้ำขงแบบต่างๆ	1. ใบความรู้เรื่องความเป็นมาการทำน้ำขงแบบต่างๆ 2. รูปภาพ 3. สื่อออนไลน์	1. สังเกตความสนใจ 2. ซักถาม 3. การมีส่วนร่วม 4. ชิ้นงาน/ผลงาน 5. ประเมินผลงาน	20 นาที	
2. วัสดุอุปกรณ์และการเลือกใช้	2. อธิบายวัสดุ อุปกรณ์ และเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม	2. วัสดุ อุปกรณ์ และเลือกใช้	1. วิद्यากรอธิบายอุปกรณ์ในการทำน้ำขงแบบต่างๆ 2. วิद्यากรอธิบายวัสดุที่ใช้ประกอบการทำน้ำขง 3. ให้ผู้เรียนเลือกใช้วัสดุอุปกรณ์	1. ตัวอย่างวัสดุอุปกรณ์ 2. สื่อออนไลน์	ผู้เรียน โดยใช้ใบงานที่กำหนด	20 นาที	
3. ขั้นตอนการทำน้ำขงแบบต่างๆ	3. อธิบายขั้นตอนการทำน้ำขงแบบต่างๆ	3. ขั้นตอนการทำน้ำขงแบบต่างๆ	1. วิद्यากรอธิบายการทำน้ำขงแบบต่างๆ	1. ใบความรู้ เรื่องการทำน้ำขงแบบต่างๆ 2. สื่อออนไลน์ 3. วัสดุ อุปกรณ์ของจริง		20 นาที	
4. การปฏิบัติการทำน้ำขงแบบต่างๆ	4. ปฏิบัติการทำน้ำขงแบบต่างๆ	4. การปฏิบัติการทำน้ำขงแบบต่างๆ	1. วิद्यากรสาธิตการทำน้ำขงแบบต่างๆและผู้เรียนลงมือปฏิบัติ 2. วิद्यากรและผู้เรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้	1. ใบงาน การทำน้ำขงแบบต่างๆ			2 ชั่วโมง

แผนการจัดกระบวนการเรียนรู้หลักสูตรการทำน้ำซงเศรษฐกิจ

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	วัดและประเมินผล	ชั่วโมง	
						ทฤษฎี	ปฏิบัติ
5. คุณค่าการทำน้ำซงแบบต่างๆ	5. อธิบายคุณค่าของการทำน้ำซงแบบต่างๆได้	5. คุณค่าการทำน้ำซงแบบต่างๆ	1. ผู้เรียนศึกษาใบความรู้คุณค่าของการทำน้ำซงแบบต่างๆ 2. วิทยากรและผู้เรียนร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับคุณค่าของการทำน้ำซงแบบต่างๆ 3. วิทยากรสรุปองค์ความรู้	ใบความรู้ เรื่องคุณค่าการทำน้ำซงแบบต่างๆ		10 นาที	10 นาที
6. การจัดหาหรือจัดทำบรรจุหีบห่อ	6. จัดหาหรือจัดทำบรรจุหีบห่อได้อย่างเหมาะสม	6. การจัดหาหรือจัดทำบรรจุหีบห่อ	1. วิทยากรอธิบายการจัดทำ/จัดหาและเทคนิคของการทำบรรจุหีบห่อ 2. ให้ผู้เรียนออกแบบและจัดทำบรรจุหีบห่อ	1. ใบความรู้ เรื่องการบรรจุหีบห่อ 2. ตัวอย่างการบรรจุหีบห่อ		20 นาที	20 นาที
7. การคิดต้นทุนกำไร	7. คิดต้นทุน กำไรจากการจำหน่ายการทำน้ำซงแบบต่างๆ	7. การคำนวณต้นทุนกำไร	1. วิทยากรให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการคิดต้นทุน กำไร 2. ให้ผู้เรียนฝึกการคิดต้นทุน กำไร	1. ใบความรู้เรื่องการค้าคำนวณต้นทุนกำไร 2. ใบงาน		20 นาที	30 นาที
8. ช่องทางการจัดการการตลาดของการทำน้ำซงแบบต่างๆ	8. อธิบายช่องทางการจัดการการตลาดของการทำน้ำซงแบบต่างๆได้	8. ช่องทางการตลาดของการทำน้ำซงแบบต่างๆ	1. วิทยากรแจกใบความรู้ให้ผู้เรียนศึกษา 2. วิทยากรและผู้เรียนร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับช่องทางการจัดการการตลาด	1. ใบความรู้เรื่องช่องทางการตลาด		10 นาที	

ใบความรู้ เมนู ชาเขียวนม



อัตราส่วนผสม

1. ใบชาเขียวพรีเมียม 2 ช้อนโต๊ะ
2. ครีมเทียม 2 ช้อนโต๊ะ
3. นมข้นหวาน 25 มิลลิลิตร
4. นมสด 60 มิลลิลิตร
5. น้ำแข็ง

ขั้นตอนการทำ

ต้กใบชาใส่ก้านชง แล้วนำเข้าเครื่องชง แล้วให้ทำการพักชา 20 วินาทีจากนั้นกดน้ำชาให้ได้ 100 มิลลิลิตร แล้วให้เติมครีมเทียมลงไป คนให้ครีมเทียมละลายจนหมดเสร็จแล้วให้เติมนมข้นหวาน นมสด แล้วคนให้ส่วนผสมเข้ากันอีกครั้งตักน้ำแข็งใส่ในแก้วแล้วให้เทชาเขียวใส่ในแก้ว เเท่านี้ก็เสร็จแล้ว

ใบความรู้
เมนู โกโก้เข้มข้น



อัตราส่วนผสม

1. ผงโกโก้ 2 ช้อนโต๊ะ
2. น้ำร้อน 30-40 มิลลิลิตร
3. วิปครีมเหลว 15 มิลลิลิตร
4. นมข้นหวาน 30 มิลลิลิตร
5. นมสด 90 มิลลิลิตร
6. น้ำแข็ง

ขั้นตอนการทำ

ตักผงโกโก้ใส่ในภาชนะ แล้วเทน้ำร้อนใส่ลงไป แล้วคนให้ละลายจากนั้นให้เติมวิปครีมเหลว นมข้นหวานลงไป คนให้ละลายเข้ากันแล้วให้เติมนมสดลงไป แล้วคนให้เข้ากันอีกครั้งตักน้ำแข็งใส่ในแก้ว แล้วให้เทโกโก้ลงในแก้วที่เตรียมไว้

ใบความรู้
เมนู ชาไทย หรือชาเย็น



อัตราส่วนผสม

1. ใบชาแดงพรีเมียม 2 ซ้อนโต๊ะ
2. ครีมเทียม 2 ซ้อนโต๊ะ
3. นมข้นหวาน 25 มิลลิลิตร
4. นมสด 60 มิลลิลิตร
5. น้ำแข็ง

ขั้นตอนการทำ

ต้กใบชาใส่ก้านชง แล้วนำเข้าเครื่องชง แล้วให้ทำการพักชา 20 วิจากนั้นกดน้ำชาให้ได้ 100 มิลลิลิตร แล้วให้เติมครีมเทียมลงไป คนให้ครีมเทียมละลายจนหมดเสร็จแล้วให้เติมนมข้นหวาน นมสด แล้วคนให้ส่วนผสมเข้ากันอีกครั้ง ตักน้ำแข็งใส่ในแก้วแล้วให้เทชาไทยใส่ในแก้ว เเท่านี้ก็เสร็จเรียบร้อย

ใบความรู้
เมนู ชามะนาว



อัตราส่วนผสม

1. ใบชาสด 2 ช้อนโต๊ะ
2. มะนาว 1 ลูก หรือ น้ำมะนาว 15 มิลลิลิตร
3. ผงมะนาว ½ ช้อนโต๊ะ
4. น้ำเชื่อม 30 มิลลิลิตร
5. น้ำแข็ง

ขั้นตอนการทำ

ต้กใบชาสดใส่ก้านชง แล้วนำเข้าเครื่องชง จากนั้นกดน้ำชาให้ได้ 120 มิลลิลิตรเสร็จแล้วให้บีบ น้ำมะนาวใส่ แล้วคนให้เข้ากัน จากนั้นให้เติมผงมะนาว น้ำเชื่อม แล้วคนให้เข้ากันอีกครั้ง ตักน้ำแข็งใส่ในแก้วที่เตรียมไว้แล้วให้เทชามะนาวใส่ในแก้ว เป็นอันเสร็จ

ใบความรู้

เมนู นมเย็น หรือ นมชมพู



อัตราส่วนผสม

1. น้ำแดงเฮลบลูบอย 25 มิลลิลิตร
2. วิปครีมเหลว 15 มิลลิลิตร
3. นมสด 150 มิลลิลิตร
4. น้ำแข็ง

ขั้นตอนการทำ

เทน้ำแดงใส่ในภาชนะที่เตรียมไว้ แล้วเติมวิปครีมเหลวตามลงไปจากนั้นให้เติมนมสดลงไป แล้วคนให้เข้ากันอีกครั้งตักน้ำแข็งใส่ในแก้วที่เตรียมไว้แล้วเทส่วนผสมทั้งหมดลงในแก้ว ก็เสร็จแล้ว

ใบความรู้
เมนู นมสดคาราเมล



อัตราส่วนผสม

1. วิปครีมเหลว 15 มิลลิลิตร
2. ไชร์ปคาราเมล 25 มิลลิลิตร
3. นมสด 150 มิลลิลิตร
4. น้ำแข็ง

ขั้นตอนการทำ

เทนมสดใส่ในภาชนะที่เตรียมไว้ แล้วให้เติมไชร์ปคาราเมล วิปครีมเหลวลงไป แล้วคนให้ละลายเข้ากัน
ราดขอบแก้วด้านในด้วยไชร์ปคาราเมลเล็กน้อยตักน้ำแข็งใส่ในแก้วที่เตรียมไว้แล้วให้เทส่วนผสมลงในแก้ว
เป็นอันเสร็จ

ใบความรู้ เมนู กาแฟโบราณ



เริ่มกันที่วิธีทำกาแฟโบราณ สูตรกาแฟ นี้ใส่ผงโอเลี้ยง และชงในถุงกาแฟ เสร็จแล้วผสมกับน้ำตาลทรายและนมข้นหวาน สุกท้ายใส่น้ำแข็งและนมข้นจืด

ส่วนผสม กาแฟโบราณ

1. ผงโอเลี้ยง 5-6 ช้อนโต๊ะ
2. น้ำ 1+1/2 ถ้วย
3. น้ำตาลทราย 4 ช้อนโต๊ะ
4. นมข้นหวาน 9 ช้อนโต๊ะ
5. นมข้นจืด
6. น้ำแข็ง

วิธีทำกาแฟโบราณ

1. ต้มน้ำจนเดือด เตรียมไว้
2. ใส่ผงโอเลี้ยงลงในถุงกาแฟ นำไปวางลงในเหยือกสเตนเลส เทน้ำเดือดลงไป เขย่าถุงเล็กน้อยให้น้ำทั่วถึงกาแฟ พักทิ้งไว้ 7-10 นาที
3. ใส่น้ำตาลทรายลงในแก้ว ตามด้วยนมข้นหวาน เทโอเลี้ยงใส่ลงไป คนผสมให้เข้ากันจนน้ำตาลทรายละลาย เทใส่ลงในแก้วที่มีน้ำแข็งประมาณ 3/4 แก้ว แล้วเทนมข้นจืดลงไปจนเต็มแก้ว พร้อมเสิร์ฟ

ใบงาน
แบบบันทึก การทำน้ำชงเศรษฐกิจ

ให้ผู้เรียนจดบันทึก ขั้นตอน การทำน้ำชงเศรษฐกิจ ระหว่างที่วิทยากรบรรยาย

แบบบันทึก

ส่วนผสม

.....
.....
.....
.....
.....
.....

ขั้นตอนการทำ

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ความคิดเห็นส่วนตัว

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ใบความรู้ คุณค่าของน้ำขงเศรษฐกิจ

คุณประโยชน์จากน้ำขงแบบต่างๆ

1.โกโก้

เชื่อกันว่าการบริโภคโกโก้ อาจมีประโยชน์ในหลายด้าน เนื่องจากโกโก้ประกอบไปด้วยแคลอรี ไขมัน, โปรตีน, คาร์โบไฮเดรต, โยอาหาร และแร่ธาตุชนิดต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย เช่น โพแทสเซียม, ฟอสฟอรัส, ทองแดง, เหล็ก, สังกะสี, แมงกานีส เป็นต้น รวมไปถึงสารอีกหลายชนิด เช่น สารต้านอนุมูลอิสระฟลาโวนอยด์, สารอีพิคาเทชิน, สารคาเทชิน, สารโพรไซยานิดิน เป็นต้น สารสำคัญต่าง ๆ ในโกโก้ย่อมส่งผลดีต่อร่างกายไม่มากก็น้อย ดังนี้

- **ช่วยเสริมสร้างหัวใจให้แข็งแรง** สารฟลาโวนอยด์ในโกโก้ช่วยควบคุมระดับความดันโลหิต และกระตุ้นการไหลเวียนเลือด รวมทั้งลดระดับคลอเลสเตอรอลที่ส่งผลต่อการทำงานของหัวใจด้วย
- **มีสารต้านอนุมูลอิสระ** โกโก้อุดมไปด้วยโพลีฟีนอล (Polyphenols) ซึ่งเป็นสารต้านอนุมูลอิสระ ช่วยลดการอักเสบ ช่วยให้เลือดไหลเวียนได้ดี ลดความดันโลหิต และยังช่วยควบคุมคอเลสเตอรอล และน้ำตาลในเส้นเลือด แต่กระบวนการในการแปรรูปเป็นช็อคโกแลตหรือผลิตภัณฑ์อื่น ๆ ก็อาจจะทำให้โพลีฟีนอล (Polyphenols) ลดลงได้นะ อย่างที่ย้ำไปว่าควรเลือกกินโกโก้ 100%
- **ช่วยคลายเครียด** ในโกโก้มีกรดอะมิโนทริปโตฟาน ที่ช่วยกระตุ้นให้สมองหลั่งสารเซโรโทนิน ที่เป็นสารแห่งความสุข ช่วยลดความเครียด ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย
- **ช่วยให้ผิวสวย** โกโก้มีสารโพลีฟีนอลที่ช่วยต้านอนุมูลอิสระ ทำให้เซลล์ในร่างกายชะลอการเสื่อมสภาพ ช่วยลดการเกิดริ้วรอย ทำให้ผิวดูสวย แก่ช้าลง
- **บำรุงสมอง** ฟลาโวนอยด์ในโกโก้ ช่วยการทำงานของระบบประสาท และสมอง เช่น ความจำ ความคิด การตัดสินใจ การรับรู้ และสามารถป้องกันโรคอัลไซเมอร์ในผู้สูงอายุได้ด้วย
- **ช่วยให้กระดูกแข็งแรง** โกโก้มีสารทีโอโบรมา และ ฟีนอลอะลานิน ที่ช่วยกระตุ้นการทำงานของหัวใจ ขยายหลอดเลือด และยังมีสารอื่นๆ ที่ช่วยเพิ่มระดับเอนโดรฟินและเซโรโทนิน ทำให้มีความสุข และกระดูกแข็งแรงมากขึ้น
- **เร่งการเผาผลาญ** สำหรับคนที่ต้องการควบคุมน้ำหนักไม่ต้องกังวล เพราะในโกโก้มี สารโพลีฟีนอล ช่วยเรื่องการไหลเวียนเลือด เร่งการเผาผลาญในร่างกาย

2. ชา

ชา เป็นเครื่องดื่มที่กำลังได้รับความนิยมอย่างต่อเนื่องและมีแนวโน้มการบริโภคที่เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ในปัจจุบันการผลิต “ชาเขียว” ในรูปแบบของการเป็นเครื่องดื่มสำเร็จรูปก็มีจำหน่ายกันอย่างแพร่หลาย ทำให้สะดวกต่อการบริโภค และด้วยรสชาติที่อร่อย ทำให้รู้สึกสดชื่น รวมไปถึงการโฆษณาของผลิตภัณฑ์ชาเขียว หรือมีข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับสรรพคุณของการดื่มชาเขียวที่มีต่อร่างกายมากมาย เหล่านี้จึงเป็นแรงจูงใจทำให้กระแสการบริโภคชาเขียวเพิ่มขึ้น จนอาจก่อให้เกิดพฤติกรรมบริโภคที่ไม่เหมาะสม หรือบริโภคในปริมาณที่สูงเกินไปโดยไม่ทราบถึงผลกระทบต่อร่างกาย ดังนั้นผู้บริโภคจึงควรทราบถึงข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับชาเขียว ว่าจะต้องเลือกบริโภคอย่างไรถึงจะได้ประโยชน์อย่างสูงสุด และไม่ส่งผลเสียต่อร่างกาย

ประโยชน์ของชาเขียว สาร epigallocatechin gallate (EGCG) ที่พบได้มากในชาเขียว มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ ช่วยในการขับสารพิษในร่างกาย สามารถกวาดล้างอนุมูลอิสระที่เป็นตัวก่อการก่อ DNA ในกระแสเลือดได้ จึงส่งผลในการช่วยป้องกันความเสี่ยงของเซลล์และอวัยวะต่าง ๆ ภายในร่างกาย จนมีสุขภาพิตใจดี โบราณที่กล่าวไว้ว่า “ขาดอาหารสามวันยังดีเสียกว่า ขาดชาเพียงวันเดียว” และชาเขียวยังมีประโยชน์อย่างมากสำหรับผู้อยู่ในภาวะเครียดจากการทำงานสูง และผู้ที่อยู่ในโปรแกรมการกำจัดไขมันหรือลดน้ำหนักดังจะได้อธิบายในข้อถัดไป มีการพิสูจน์แล้วว่าสารต้านอนุมูลอิสระในชาเขียวสามารถช่วยชะลอความแก่ชราและช่วยคงความอ่อนเยาว์ไว้ได้ แม้ว่าในอาหารอื่น ๆ จะมีคุณสมบัติในการต้านอนุมูลอิสระ เช่น วิตามินซี วิตามินบี เบต้าแคโรทีน แต่เมื่อเปรียบเทียบกันแล้วจะพบว่าคุณสมบัติในการต้านอนุมูลอิสระของโพลีฟีนอลในชาเขียวจะเหนือกว่า การดื่มชาเขียวนอกจากจะดื่มเพื่อแก้กระหายแล้ว ในชาเขียวยังมีกาเฟอีน (Caffeine) และธีโอฟิลลีน (Theophylline) ซึ่งเป็นสารที่มีฤทธิ์กระตุ้นการทำงานของระบบประสาทส่วนกลาง ที่ช่วยแก้การง่วงนอนและทำให้ร่างกายรู้สึกสดชื่นกระปรี้กระเปร่า กาเฟอีนยังช่วยกระตุ้นสมอง เพิ่มสมาธิ เพิ่มอัตราการเผาผลาญในร่างกาย เพิ่มความดันโลหิต ช่วยทำให้ระบบหมุนเวียนโลหิตทำงานดีขึ้น และยังมีสารจำพวก alcohol และ aldehyde ที่มีกลิ่นหอมทำให้รู้สึกผ่อนคลาย

3. กาแฟ

ประโยชน์ของกาแฟ นั้นมีมากมายหลายอย่าง โดยเฉพาะในเรื่องของการ ต้านอนุมูลอิสระ จากการศึกษานักวิจัยจากศูนย์วิจัยในสวีเดน พบว่าเมล็ดกาแฟมีสารต้านอนุมูลอิสระ โดยเฉพาะกาแฟสายพันธุ์โรบัสต้าซึ่งมีสารต้านอนุมูลอิสระมากกว่าเมล็ดกาแฟสายพันธุ์อื่น นอกจากนี้ประโยชน์ของกาแฟ ยังช่วยป้องกันและลดความเสี่ยงในการเกิดโรคต่างๆ ได้แก่

1. ช่วยป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบี
2. ช่วยลดคอเลสเตอรอลในเส้นเลือด ป้องกันโรคหัวใจ
3. ช่วยกระตุ้นสมองให้ทำงานได้เร็วขึ้น และมีสมาธิ
4. ช่วยป้องกันโรคหอบ
5. มีกรดอะซิติก ช่วยป้องกันโรคมะเร็งตับ มะเร็งลำไส้ และมะเร็งช่องปาก
6. ช่วยลดการเกิดโรคตับจากการดื่มสุรา
7. ช่วยบรรเทาอาการปวดศีรษะจากการเมาสุรา

8. การดื่มกาแฟหลังอาหารช่วยลดความอ้วนได้
9. กาแฟเข้มข้นจะทำให้ออกไซด์แตกตัวช่วยชะลอความแก่

กาแฟยังได้ถูกนำมาเอามาใช้เป็นส่วนผสมเกี่ยวกับเรื่องของความสวยความงาม โดยเฉพาะการลดน้ำหนัก สาเหตุหนึ่งเป็นเพราะกลิ่นของกาแฟสามารถลดอาการอยากอาหารได้ อีกทั้งกาแฟยังสามารถเปลี่ยนไขมันให้กลายเป็นกรดไขมัน หลังจากออกกำลังกายที่สามารถขับถ่ายออกจากร่างกายได้ และเนื่องจากกาแฟมีส่วนผสมของคาเฟอีน ที่มีฤทธิ์ช่วยเพิ่มความกระชุ่มกระชวย ช่วยขจัดความอ่อนล้า ซึ่งการดื่มกาแฟจะช่วยให้สามารถออกกำลังกายได้นานขึ้น เป็นสารที่ช่วยเร่งการเผาผลาญพลังงานในร่างกาย ทำให้ไขมันที่สะสมตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย สลายเป็นพลังงานความร้อน โดยเวลาที่เหมาะสมของการดื่มกาแฟเพื่อช่วยให้ออกฤทธิ์ในการเผาผลาญ และย่อยอาหารคือการดื่มกาแฟร้อน โดยเฉพาะกาแฟดำ เนื่องจากไม่มีส่วนผสมของน้ำตาล และไม่ใส่นม โดยควรเป็นการดื่มหลังจากรับประทานอาหารเช้าประมาณครึ่งถึงหนึ่งชั่วโมง หรือเป็นการดื่มกาแฟก่อนออกกำลังกายก็จะช่วยเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพในการลดความอ้วนหรือในการลดน้ำหนักได้

3. นมสด

นม เป็นอาหารที่ยอมรับกันว่ามีคุณค่าทางโภชนาการสูง ครบถ้วนด้วยสารอาหารหลัก 5 หมู่ นมมีโปรตีนที่ประกอบด้วยกรดอะมิโนครบถ้วนทุกชนิด โดยเฉพาะชนิดที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย เช่น ทริโตนเฟน อาร์จินีน (Arginine) ไลซีน วาลีน (Valine) ลิวซีน ไอโซลิวซีน มีไขมันที่เรียกว่า ไขมันเนย ให้พลังงานสูง โดยไขมันเนย 1 กรัม ให้พลังงานถึง 9 แคลอรี คาร์โบไฮเดรตในนม คือ น้ำตาลแล็กโทส (Lactose) เป็นน้ำตาลชนิดเดียวที่มีในนม ให้พลังงานในอัตรา 1 กรัม ต่อ 4 แคลอรี นมอุดมด้วยเกลือแร่หลายชนิด โดยเฉพาะ แคลเซียมและฟอสฟอรัส ที่จำเป็นต่อการสร้างกระดูกและฟัน ทั้งยังมีวิตามินต่าง ๆ ครบถ้วน เช่น วิตามินเอ บี 1 บี 2 ไนอะซิน (Niacin) กรดแพนโทเทนิค (Pantothenic acid) ไพริดอกซิน (Pyridoxine) ไบโอติน (Biotin) กรดโฟลิก วิตามินซี วิตามินอี วิตามินเค ELVIRA จึงได้รวบรวมคุณประโยชน์ของการดื่มนมว่าคุณค่าสารอาหารที่กล่าวมาข้างต้นมีประโยชน์กับร่างกายเราอย่างไรบ้าง อ่านแล้วอาจจะทิ้งในประโยชน์ของ “นม” กันเลยทีเดียว

1. นมมีสารอาหารครบ 5 หมู่จึงช่วยในการเจริญเติบโตของร่างกาย
2. นม ช่วยทำให้มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรค
3. ช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกายในวัยผู้ใหญ่ ช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดโรคกระดูกพรุน กระดูกเปราะ
4. ไขมันจากนมช่วยเพิ่มพลังงานให้กับร่างกาย (ปกติเราจะเรียกว่า “ไขมันเนย”)
5. ช่วยให้กระดูกเจริญเติบโตและแข็งแรง ซึ่งจำเป็นอย่างมากโดยเฉพาะเด็กในช่วงก่อนเข้าวัยรุ่นและช่วงวัยรุ่น มีความสำคัญอย่างมากต่อพัฒนาการทางร่างกายและสมองของเด็ก ๆ
6. ช่วยบำรุงประสาท (วิตามินบี 1) ช่วยบำรุงหัวใจ (วิตามินบี 1)
7. ช่วยในการทำงานของระบบเซลล์ผิวหนัง (วิตามินบี 2)
8. ช่วยทำให้ระบบประสาทไวต่อสิ่งเร้ามากขึ้น (แคลเซียม)

9. ช่วยทำหน้าที่ยึดและหดตัวของกล้ามเนื้อ (แคลเซียม)
10. มีส่วนช่วยลดความดันโลหิต และลดความเสี่ยงของมะเร็งลำไส้ใหญ่ (แคลเซียม)

5. น้ำผลไม้เข้มข้น

น้ำผลไม้เข้มข้น มีหลายยี่ห้อ ให้เลือกใช้ ในที่นี้ขอแนะนำเป็น ตรา ดิ่งฟง Ding Fong เพราะ รสสัมผัสหวาน เข้มข้น และมีหลากหลายรสชาติให้เลือกใช้ เหมาะสำหรับเมนู น้ำชงน้ำผลไม้แบบต่างๆ น้ำผลไม้เข้มข้น สำหรับนำไปผสมเป็น เครื่องดื่มต่างๆ ไอศกรีม เบเกอรี่ อิตาเลียนโซดา น้ำผลไม้ปั่นสมูทตี้ และยังสามารถนำไปเป็นเมนูเสริมในร้านชาไข่มุกและกาแฟสดได้อีกด้วย

ใบความรู้ การบรรจุภัณฑ์

ความสำคัญของการบรรจุภัณฑ์

บรรจุภัณฑ์นั้นมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อผลผลิตทั้งหลาย ดังนี้

1. รักษาคุณภาพ และปกป้องตัวสินค้า เริ่มตั้งแต่การขนส่ง การเก็บให้ ผลผลิตหรือผลิตภัณฑ์เหล่านั้นมิให้เสียหายจากการปนเปื้อนจากฝุ่นละออง แมลง คน ความชื้น ความร้อน แสงแดด และการปลอมปน เป็นต้น

2. ให้ความสะดวกในเรื่องการขนส่ง การจัดเก็บมีความรวดเร็วในการขนส่ง เพราะสามารถรวมหน่วยของผลิตภัณฑ์เหล่านั้นเป็นหน่วยเดียวได้

3. ส่งเสริมทางการตลาด บรรจุภัณฑ์เพื่อการจัดจำหน่ายเป็นสิ่งแรกที่ผู้บริโภคเห็นดังนั้นบรรจุภัณฑ์จะต้องทำหน้าที่บอกกล่าวสิ่งต่างๆของตัวผลิตภัณฑ์โดยการบอกข้อมูลที่จำเป็นทั้งหมดของตัวสินค้า และนอกจากนั้นจะต้องมีรูปลักษณ์ที่สวยงามสะดุดตาเชิญชวนให้เกิดการตัดสินใจซื้อ

วัตถุประสงค์ของการออกแบบบรรจุภัณฑ์

1. เพื่อสร้างบรรจุภัณฑ์ให้สามารถเอื้อประโยชน์ด้านหน้าที่ใช้สอยได้ดี มีความปลอดภัย ประหยัด และมีประสิทธิภาพ
2. เพื่อสร้างบรรจุภัณฑ์ให้สามารถสื่อสารและสร้างผลกระทบต่อผู้บริโภคโดยใช้ความรู้แขนงศิลปะเข้ามาสร้างคุณลักษณะ เช่น มีเอกลักษณ์มีลักษณะพิเศษที่ดึงดูดและสร้างการจดจาดตลอดจนเข้าใจความหมายและคุณประโยชน์ของผลิตภัณฑ์
3. เพื่อปกป้องคุ้มครองและรักษาคุณภาพสินค้า
4. เป็นตัวชี้บ่งและสื่อสารรายละเอียดสินค้า ดึงดูดผู้บริโภค แสดงถึงภาพลักษณ์ของสินค้า
5. เป็นต้นทุนในการผลิตสินค้า เมื่อบรรจุภัณฑ์ดีย่อมมีส่วนช่วยให้มูลค่าสินค้าสูงขึ้น

ใบความรู้
การคำนวณต้นทุน กำไร
ตัวอย่างการคิดต้นทุน กำไร การผลิต และค่าใช้จ่ายในการทำน้ำชงเศรษฐกิจ

วัน เดือน ปี	รายการ	จำนวนสิ่งของ	จำนวนเงิน (บาท)	หมายเหตุ
	ค่าใช้จ่าย (ต้นทุน)			การกำหนดราคาขาย คิดจากต้นทุน + กำไรที่ต้องการ
	ใบชาเขียว/ชาไทย	1000 กรัม	280	
	นมข้นหวาน	338 กรัม	24	
	นมสด เมจิ	2000 กรัม	120	
	ครีมเทียม	1000 ml.	95	
	น้ำผลไม้ดอง	1 ขวด	70	
	แก้วพลาสติก+ฝา ขนาด16 ออนซ์	1 แก้ว	80	
	หลอดพลาสติกงอ 100 เส้น	1 ถูง	30	
	น้ำหวานดอง	1 ขวด	80	
	น้ำแข็งหลอดเล็ก	1 กระจอบ	40	
	รวมค่าใช้จ่าย		819	
	ราคาขาย(ต่อแก้ว)		25 บาท	

ตัวอย่างวิธีการคำนวณต้นทุน น้ำชง 1 แก้ว (ขนาด 16 ออนซ์)

- ใบชาเขียวมะลิ** 1 กิโลกรัม ราคา 280 บาท โดยชาเขียว 1 แก้ว ใช้ใบชาประมาณ 15 กรัม ดังนั้นใบชา 1 กิโลกรัมจะใช้ชงได้ 66 -70 แก้ว ซึ่งจะมีต้นทุนใบชาอยู่ที่ 4 บาท
- นมข้นหวาน** ยี่ห้อคานะซัน ปริมาณ 338 กรัม 1กระป๋องราคา 24 บาท ซึ่งจะใช้ปริมาณ 30 มิลลิลิตร ต่อการชงเครื่องดื่ม 1 แก้ว ดังนั้นนมข้น 1 กระป๋องจะใช้ชงได้ 13 แก้ว ซึ่งจะมีต้นทุนอยู่ที่ 1.9 บาท
- นมสด** ยี่ห้อเมจิ ปริมาณ 2,000 มิลลิลิตร ราคา 120 บาทโดยเฉลี่ย และจะใช้ต่อ 1 แก้วอยู่ที่ 60 มิลลิลิตร ดังนั้น จะสามารถนำมาใช้ได้ถึง 33 แก้ว และจะมีต้นทุนอยู่ที่ 2.63 บาท
- ครีมเทียม** ยี่ห้อคอฟฟี ดรีมเมอร์ ถูงใหญ่ปริมาณ 1,000 กรัม ราคา 95 บาทโดยเฉลี่ย และจะนำไปใช้ต่อเครื่องดื่ม 1 แก้ว อยู่ที่ 15 มิลลิลิตรหรือ 1 ซ้อนโต๊ะ ซึ่งจะตกอยู่ที่ประมาณ 66 แก้ว และมีต้นทุนอยู่ที่ 1.43 บาทเท่านั้นเอง
- น้ำหวานดอง** ขวด 760 มิลลิลิตร ราคา 80 บาท โดยเฉลี่ย นำไปใช้ต่อเครื่องดื่ม 1 แก้ว 30 มิลลิลิตร จะได้ประมาณ 25-30 แก้ว ต้นทุนอยู่ที่ 3.28 บาท
- น้ำแข็ง** 1 กระจอบ ราคาประมาณ 40 บาท และใช้ได้ 45-50 แก้ว (คำนวณเมื่อละลาย) ต้นทุนน้ำแข็งจะตกอยู่ที่ 0.8 บาทเท่านั้น

รวม ๆ แล้วจะเครื่องตี 1 แก้ว ขนาด 16 ออนซ์จะมีต้นทุนเฉลี่ยอยู่ที่ 14.04 บาท (ต้นทุนนี้ยังไม่รวมค่าที่อป
บั้งเครื่องตี ค่าแก้ว เป็นเพียงต้นทุนวัตถุดิบที่สำคัญเท่านั้น) ดังนั้นหากใครกำลังจะเปิดร้านขายชาไข่มุก
ต้องไม่มองข้ามในเรื่องการคำนวณต้นทุน และควรกำหนดราคาขายโดยบวกกำไรอย่างพอดี ทั้งนี้ ต้นทุนอาจ
ขึ้นอยู่กับราคาของวัตถุดิบด้วย เพราะแต่ละยี่ห้อจะมีราคาที่แตกต่างกัน และเวลาขายราคาก็ไม่เหมือนกัน เช่น ชา
กาแฟ อาจขาย 30 บาท แต่ น้ำขิงต่างๆอาจขาย ที่ 20-25 บาท ถ้าวเฉลี่ยแล้วราคาต่อแก้วขายอยู่ที่ 25 บาท
จะได้ 1,250 บาท ดังนั้นจะได้กำไร 431 บาท

หมายเหตุ

การกำหนดกำไรที่ต้องการขึ้นอยู่กับสิ่งเหล่านี้ด้วย เช่น ราคาตลาด ลักษณะของสินค้าและบริการ เป็น
สินค้าหายาก เป็นสินค้าเฉพาะกลุ่ม หรือมีฤดูกาลเข้ามาเกี่ยวข้องก็สามารถที่จะกำหนดกำไรที่ต้องการสูงได้
การตั้งราคาให้สามารถแข่งขันได้นั้นต้องอยู่บนพื้นฐานความสมดุลระหว่างความพึงพอใจของผู้ซื้อและผู้ขาย
ด้วย ถ้าสินค้าโดยทั่วไปมีขายกันแพร่หลาย มีคู่แข่งมากก็ต้องกำหนดกำไรน้อยลงไป

ใบงาน
การคิดต้นทุน กำไร

ผู้เรียน/กลุ่ม.....

เรื่อง.....

วัน เดือน ปี	รายการ	จำนวนสิ่งของ	จำนวนเงิน (บาท)	หมายเหตุ
	ค่าใช้จ่าย (ต้นทุน)			1. ให้กำหนดกำไรที่ต้องการเป็นร้อยละก่อน 2. แล้วคำนวณหาราคาต่อหน่วยจึงจะทราบรายได้ 3. นำรายได้ที่ได้มาใส่ตารางนี้
	รวมค่าใช้จ่าย			
	รายได้จากการขาย			
	รวมรายได้			

1. กำไรที่ต้องการ = ต้นทุน \times (ร้อยละของกำไรที่ต้องการหารด้วย 100)

2. กำหนดราคาขายต่อหน่วย = ต้นทุน + กำไร = _____ จำนวนหน่วย

ใบความรู้ ช่องทางการตลาด

ช่องทางจำหน่ายทางตรงมีช่องทางขาย มีดังนี้

หน้าร้าน : มีการจัดจำหน่ายสินค้าและบริการจากผู้ผลิตให้แก่ผู้บริโภคโดยตรง

ช่องทางการจำหน่ายโดยอ้อมมีช่องทางการขาย มีดังนี้

ทางออนไลน์ : ขยายบนเพจ Facebook เป็นช่องทางที่ง่ายที่สุด คนขายนิยมสูงสุด และก็เข้าถึงกลุ่มลูกค้าเราได้มากที่สุดเช่นกัน เพราะสมัยนี้ใครๆก็เล่น Facebook กันทั้งนั้น ทำให้สินค้าเราเข้าถึงกลุ่มลูกค้าได้ง่ายมาก ยิ่งปัจจุบัน Facebook สามารถตั้งบที่โฆษณาและกำหนดกลุ่มเป้าหมายเองได้ ทำให้เปิดเพจขายของบน Facebook อีกช่องทางหนึ่ง

แบบวัดและประเมินผลการทำงานช่างเครื่อง

ประเด็นที่เกี่ยวข้อง

1. จัดเตรียมอุปกรณ์ เครื่องมือ
 - 1.1 เลือกใช้อุปกรณ์ เครื่องมือ ได้เหมาะสมกับประเภทและปริมาณ
 - 1.2 ทำความสะอาด บำรุงรักษาและจัดเก็บอุปกรณ์เครื่องมือได้อย่างถูกต้อง

2. จัดเตรียมวัสดุดิบ
 - 2.1 เลือกใช้วัสดุดิบได้อย่างเหมาะสม
 - 2.2 เตรียมวัสดุดิบได้อย่างเหมาะสม
 - 2.3 จัดเก็บวัสดุดิบได้อย่างถูกต้องตามประเภทของวัสดุดิบ

3. ทักษะการทำ
 - 3.1 ทำได้ตามคุณลักษณะและมีเอกลักษณ์ที่ถูกต้อง

4. ทักษะการจัดตกแต่ง และนำเสนอ
 - 4.1 จัดตกแต่งและนำเสนอได้อย่างเหมาะสม

แบบประเมินผลงานผู้เรียน

ชื่อ - นามสกุล

หลักสูตร กลุ่ม.....

คำชี้แจง : ให้วิทยากรประเมินผลงานของผู้เรียนตามหัวข้อที่กำหนดให้

ประเด็นที่ประเมิน	คะแนน ประเมิน (10 คะแนน)
1. ความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาสาระ (20 คะแนน)	
1.1 ทดสอบความรู้ความเข้าใจ	
1.2 สอบถามความรู้ความเข้าใจ	
2. ทักษะการปฏิบัติ (40 คะแนน)	
2.1 สังเกตการณ์ปฏิบัติในระหว่างการเรียนรู้การจัดกิจกรรม	
2.2 ประเมินโดยให้สาธิต	
2.3 แสดงขั้นตอนวิธีการปฏิบัติ	
2.4 ประเมินจากกระบวนการมีส่วนร่วม (ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมแก้ปัญหา)	
3. คุณภาพของผลงาน ผลการปฏิบัติ (40 คะแนน)	
3.1 สังเกตผลงาน	
3.2 ตรวจสอบผลงาน	
3.3 มีความคิดสร้างสรรค์	
3.4 ผลการปฏิบัติว่าเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดหรือไม่	
รวมคะแนน (100 คะแนน)	

หมายเหตุ การประเมินผลการจบหลักสูตรอาจดำเนินการได้ ดังนี้

- การประเมินระหว่างเรียน และเมื่อจบหลักสูตร
- ประเมินครั้งเดียวก่อนจบหลักสูตร

ทั้งนี้ เกณฑ์การจบหลักสูตร จะต้องได้คะแนนรวมไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 จึงจะผ่านเกณฑ์การ

ประเมิน

ลงชื่อ

(

วิทยากร

)

บรรณานุกรม

แหล่งที่สืบค้นข้อมูล

<https://cooking.kapook.com/view244135.html> ขั้นตอนและวิธีการชงน้ำชนิดต่างๆ

<https://www.google.com/search> สูตรชงน้ำ 10 บาท

<https://taokaemai.com/เริ่มต้นธุรกิจกาแฟสด-ชา>

<https://medthai.com/ชาเขียว>

<https://suzuki-coffee.com/>

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา

- | | | |
|----------------------|-------------|--|
| 1. ว่าที่ พ.ต.ดำริห์ | ติยะวัฒน์ | ผู้อำนวยการ สนง.สกร.ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์ |
| 2. นางสาวนัทธมน | สกุลณมรรคา | รองผู้อำนวยการ สนง.สกร.ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์ |
| 3. นายประภาส | โป้แล | ผู้อำนวยการ สกร.ระดับอำเภอหล่มเก่า |
| 4. นางสาวสุภา | ตรีจักษ์ | ครู ชำนาญการ |
| 5. นางสาวทัชชกร | ทาพันธ์ | ครู |
| 6. นางสาวเสาวนีย์ | ยักขลา | บรรณารักษ์ปฏิบัติการ |
| 7. นางทิพรัตน์ | หล้าวงษ์ | ครู อาสาสมัคร กศน. |
| 8. นางสาวนุจรินทร์ | กงเกียน | ครู อาสาสมัคร กศน. |
| 9. นางสาวกนกธาดา | กอกเชียงแสน | ครู อาสาสมัคร กศน. |

คณะทำงาน

- | | | |
|--------------------|-------------|--------------|
| 1. นางทิพวรรณ | กองเงิน | ครู กศน.ตำบล |
| 2. นางสาวณัฐพร | คำภีระ | ครู กศน.ตำบล |
| 3. นางสาวสายฝน | ภักดีสอน | ครู กศน.ตำบล |
| 4. นางนริรัตน์ | นันทะเกิด | ครู กศน.ตำบล |
| 5. นางสาวนารีรัตน์ | คำภา | ครู กศน.ตำบล |
| 6. นางสาวรัตนา | ทองหมู่ | ครู กศน.ตำบล |
| 7. นางพรพร | ศรีมูล | ครู กศน.ตำบล |
| 8. นายชัยโย | กล้าณรงค์ | ครู กศน.ตำบล |
| 9. นายอนุสรณ์ | บุญรอดรัมย์ | ครู กศน.ตำบล |

ผู้รวบรวมข้อมูลและจัดทำรูปเล่ม

- | | | |
|------------|---------|--------------|
| นางทิพวรรณ | กองเงิน | ครู กศน.ตำบล |
|------------|---------|--------------|